

NOME DO PROJETO: PREAMAR: Saúde integral – Termo Aditivo

PÚBLICO ALVO: Profissionais da Saúde do Município (RAPS)

PRAZO DE EXECUÇÃO: Início – 11/2024 Fim – 10/2025

OBJETO DE PARCERIA: Reorganizar e qualificar o cuidado prestado aos usuários do SUS com necessidade de cuidado em saúde mental, incluindo os decorrentes do uso de álcool e outras drogas e contemplando ações de promoção, prevenção, diagnóstico, tratamento e reabilitação para a população residente no município de Ipojuca/PE.

DESCRIÇÃO DA REALIDADE QUE SERÁ OBJETO DA PARCERIA (DEVENDO SER DEMONSTRADO O NEXO ENTRE ESSA REALIDADE E AS ATIVIDADES OU PROJETOS E METAS A SEREM ATINGIDAS):

O projeto PREAMAR tem como objetivo geral a reorganização e qualificação do cuidado ofertado aos usuários do SUS que possuem algum grau de sofrimento mental, incluído aqueles decorrentes do uso abusivo de álcool e outras drogas. Nesse contexto, a principal ação a ser ofertada no âmbito do projeto contempla a formação de cerca de 380 profissionais envolvidos em algum nível com o cuidado em saúde mental na rede de atenção à saúde do município de Ipojuca/PE. Assim, o projeto intenta alcançar, por meio da qualificação do trabalho em saúde, benefícios reais no cuidado integral ofertado aos usuários do SUS.

É sabido, entretanto, que o trabalho em saúde, apesar de ter papel central e essencial na qualidade do cuidado prestado em saúde mental, precisa ser meticulosamente equilibrado com a garantia da saúde mental e emocional dos próprios trabalhadores. Isso se justifica pelo fato de que o cuidado ofertado em saúde mental tende a ser produtor de adoecimento nos profissionais de saúde.

O diagnóstico inicial da rede de saúde mental do município de Ipojuca, conduzido pelo IGPN como uma das atividades necessárias à reorganização da linha de cuidado de saúde mental (que por sua vez é uma das ações propostas iniciais no projeto), tem apontado que o atendimento dos transtornos mentais em geral são geradores de ansiedade em função do grau de dificuldade para o manejo dos usuários – especialmente os mais graves - sendo esse, inclusive, um dos motivos pelos quais os profissionais apresentam resistência para o

acolhimento a esse tipo de demanda.

Estudos têm apontado que cuidar de quem cuida é fundamental para qualificar os resultados que podem ser obtidos no acompanhamento de usuários portadores de transtornos mentais. São benefícios atualmente reconhecidos:

- Adesão ao tratamento: Quando os cuidadores estão bem emocionalmente, eles são mais capazes de oferecer apoio e incentivo ao paciente, aumentando a adesão ao tratamento e a efetividade das intervenções;
- Redução de crises: Cuidadores capacitados a lidar com as suas próprias crises podem prevenir ou minimizar o surgimento de crises no paciente;
- Qualidade de vida: Ao aliviar a carga emocional dos cuidadores, melhora-se também a qualidade de vida do paciente.
- Eficácia do tratamento: Cuidadores com saúde mental equilibrada e mais confiantes em suas habilidades são mais eficazes no cuidado do paciente, especialmente quando conseguem estabelecer uma comunicação e compreensão mútua com o mesmo, o que fortalece o vínculo e facilita o processo de recuperação.

Em síntese, cuidar dos cuidadores é um investimento que resultará em uma qualificação da oferta do cuidado para os usuários de saúde mental, que é o objetivo geral do projeto PREAMAR. A situação que o IGPN e seus parceiros estão encontrando na rede de saúde de Ipojuca/PE tem demonstrado que o envolvimento adequado dos trabalhadores nas atividades do projeto será tarefa complexa em virtude de todo o estigma que envolve as demandas em saúde mental, o que poderá comprometer o alcance das metas relacionadas, em especial, aquela relacionada ao desenvolvimento dos processos formativo teórico-práticos a serem ofertados.

Ofertar ações que promovam o cuidado para com a saúde mental dos profissionais de saúde poderá ser uma estratégia de impacto significativo na produção de envolvimento e compromisso desses profissionais nas ações do projeto.

JUSTIFICATIVA DO TERMO ADITIVO:

Nesse sentido, como o objeto da emenda parlamentar envolve a capacitação de profissionais, mas não a oferta de procedimentos de cuidado, pretende-se, por meio deste

termo aditivo, propor que o projeto PREAMAR ofereça também, em seu escopo de ações, um processo formativo voltado à capacidade dos trabalhadores da saúde em promover ações sustentáveis de autocuidado em sua saúde mental, como estratégia para fomentar maior adesão dos profissionais nas ofertas de capacitação a serem desenvolvidas, aumentando as chances de alcance das metas propostas.

O autocuidado é uma prática que visa a promoção e manutenção da saúde física, mental e emocional, e ganha cada vez mais relevância no mundo contemporâneo, especialmente para trabalhadores. A demanda constante por produtividade e a exposição a situações estressantes, inerentes a esses papéis, exigem que essas pessoas invistam em seu bem-estar para evitar o esgotamento e garantir uma melhor qualidade de vida. A importância do autocuidado para a saúde emocional de trabalhadores pode ser justificada por diversos fatores, em especial:

- Prevenção de doenças: O estresse crônico, comum em ambientes de trabalho e em situações de cuidado, pode levar ao desenvolvimento de diversas doenças, como doenças cardiovasculares, distúrbios do sono e transtornos de ansiedade e depressão. O autocuidado atua como um escudo protetor, auxiliando na prevenção dessas condições;
- Aumento da produtividade: Ao dedicar tempo ao autocuidado, o trabalhador tende a ser mais produtivo e eficiente, pois estará com a mente mais clara e o corpo mais descansado;

Para promover um processo formativo que desenvolva capacidades de autocuidado nos trabalhadores da saúde, o projeto PREAMAR irá ofertar 08 (oito) turmas com até 50 (cinquenta) alunos cada, abrangendo os 380 profissionais de saúde que conformam o público-alvo do projeto inicial, para serem contemplados com um curso de formação básica de 80 (oitenta) horas por turma, totalizando 800 (oitocentas) horas em todas as turmas, durante 12 meses.

Esse curso, que terá natureza teórico-prática (sendo 48 horas de atividades teóricas e 32 horas de atividades práticas), híbrida e será ancorado nos princípios teóricos do construtivismo, contemplará os seguintes aspectos:

- **Autoconhecimento:** É fundamental que os participantes compreendam suas próprias emoções, necessidades e limites.
- **Gerenciamento do estresse:** Técnicas para auxiliar no controle do estresse, tais como:

mindfulness, respiração profunda e relaxamento muscular progressivo.

- **Estabelecimento de limites:** É preciso ensinar os participantes a estabelecer limites saudáveis tanto no trabalho quanto na vida pessoal.
- **Cuidados com a saúde física:** Alimentação equilibrada, prática de atividades físicas e sono de qualidade são pilares do autocuidado.
- **Desenvolvimento de hobbies e interesses:** Atividades prazerosas ajudam a reduzir o estresse e a promover o bem-estar.
- **Busca por apoio social:** É importante incentivar os participantes a buscarem apoio em amigos, familiares ou grupos de apoio.

Para tanto, o curso deverá abordar, no mínimo, os conteúdos teóricos relacionados à neurociência aplicada à saúde mental; inteligência emocional; autoconsciência; vulnerabilidade social e saúde mental; práticas integrativas e complementares; e linguagens múltiplas na expressão da saúde. A realização do curso deverá ser realizada no âmbito do município de Ipojuca por nossa instituição levando em consideração o projeto principal.

A seleção dos alunos do curso será realizada por meio de parceria com a Secretaria de Saúde, sendo priorizados os profissionais que serão público-alvo das ações de capacitação previstas no projeto inicial. Poderão ser contemplados outros profissionais, desde que os priorizados não preencham todas as vagas até um prazo estabelecido pelo IGPN em parceria com a Secretaria de Saúde.

OBJETIVOS: Capacitar trabalhadores da rede de saúde do município de Ipojuca/PE em práticas de autocuidado em saúde mental com vistas à geração de maior envolvimento e comprometimento dos mesmos para com as ações do projeto PREAMAR.

RESULTADOS ESPERADOS: Capacitar 380 profissionais em autocuidado em saúde mental.

DOS CUSTOS ESTIMADOS:

Considerando os recursos envolvidos nas ações do Termo Aditivo, estima-se o seguintes parâmetros de investimentos *per capita*:

Ações de Capacitação	Custos Estimados	Público-Alvo	Investimento <i>per capita</i>	Investimento por Hora
10	R\$ 1.018.167,69	380	R\$ 2.679,39	R\$ 33,49

Memória de Cálculo:

Despesas	Valor por Turma	Valor Total
Serviços de terceiro de pessoa física	R\$ 0,00	R\$ 0,00
Materiais de Consumo	R\$ 8.320,169	R\$ 83.201,69
Serviços de terceiro de Pessoa Jurídica	R\$ 93.496,60	R\$ 934.966,00
Equipamentos e materiais permanentes	R\$ 0,00	R\$ 0,00
TOTAL	R\$ 101.816,76	R\$ 1.018.167,69

Os custos foram realizados conforme o Projeto Inicial, com as informações constante no Anexo 3, que se refere à nota Técnica – Memória de cálculo do custo das ações, referente à ação 1, considerando as cotações anexadas com o Projeto Inicial.

- Serviços de terceiros de pessoa jurídica:
 - a) Consultoria especializada na gestão pedagógica e de ensino/capacitação de apoio à gestão em saúde – 80 horas por turma de até 50 pessoas, sendo estimado 10 turmas (380 profissionais no total), no período de 12 meses. A menor cotação obtida, conforme os documentos anexados ao Projeto inicial, para este tipo de despesa foi R\$ 72.000,00 por turma e o valor total de R\$ 720.000,00.
 - b) Serviço gráfico – 180 kit individuais (crachá, pasta com brasão, impressos diversos e certificado) a R\$ 56,57 cada, totalizando R\$ 21.496,60 por turma.
- Materiais de Consumo:
 - a) Lanches – 380 participantes , sendo R\$ 26,74 por pessoa, totalizando R\$ 8.320,17 por turma.

PARÂMETROS PARA AFERIÇÃO DO CUMPRIMENTO DAS METAS:

<u>Meta</u>	<u>Indicador</u>	<u>Fórmula de cálculo</u>	<u>Fontes</u>	<u>Evidências</u>
380	Número de servidores capacitados	Não se aplica	SMS-Ipojuca	Certificados de conclusão de curso emitidos por instituição